

Las Adicciones

Una **adicción** es, en el sentido tradicional, es una dependencia hacia una sustancia, actividad o relación que arrastra a la persona adicta lejos de todo lo demás que le rodea. Está representada por los deseos que consumen los pensamientos y comportamientos de las personas, y actúan en aquellas actividades diseñadas para conseguir la cosa deseada o para comprometerse en la actividad deseada (comportamientos adictivos). Y, a diferencia de los simples hábitos o influencias consumistas, las adicciones son "dependencias" con graves consecuencias en la vida real que deterioran, afectan negativamente, y destruyen relaciones, salud (física y mental), y la capacidad de funcionar de manera efectiva. Adicción es debilitamiento.

Recientemente se acepta como adicción a cualquier actividad que el individuo no sea capaz de controlar, que lo lleve a conducta compulsivas y le perjudique su calidad de vida, así puede haber por ejemplo, adicción al sexo, adicción al juego (ludopatía), adicción a la pornografía, a la televisión, a las nuevas tecnologías (tecnofilia), etc.

En el mismo plano de las adicciones se encuentra la farmacodependencia o drogadicción, que es un estado mental causado por la interacción de un organismo vivo con un fármaco, caracterizado por la modificación del comportamiento y otras reacciones, generalmente a causa de un impulso irreprimible por consumir una droga o sustancia, no obstante esta es la definición puramente bioquímica.

Definir exactamente lo que se entiende por adicción no es simple. Mucha gente asocia a menudo la adicción únicamente con el alcohol o con el abuso de las drogas, pero esta claro que los comportamientos adictivos van más allá. De hecho, la clave de la "adicción" es una necesidad o dependencia obsesiva y compulsiva hacia una sustancia, un objeto, una relación, una actividad o una cosa. Conforme a esto, es realista y apropiado decir que cualquiera puede ser adicto a casi cualquier cosa. Hay seis indicadores claros de una adicción:

1. Un objeto de deseo. Siempre hay un objeto de deseo. Este es la sustancia, cosa, actividad o relación que conduce a la adicción, sea alcohol, comida, sexo, juego, pornografía, internet, drogas, o cualquier otra cosa que provoque ideas obsesivas y derive en comportamientos compulsivos.
2. Preocupación. Existe una obsesión con el objeto de deseo, una necesidad de la cosa que provoca la adicción.
3. Comportamientos guiados. Existe una compulsión por reducir la ansiedad y satisfacer la obsesión que provoca el comportamiento adictivo.
4. Falta de control. La adicción siempre implica una pérdida de control sobre los pensamientos, sentimientos, ideas o comportamientos cuando aparece la cosa deseada. Incluso cuando un adicto intenta detener o cortar sus comportamientos adictivos, falla en el intento. Esta es la clave y la característica central de la adicción y la dependencia.
5. Dependencia. Hay una dependencia respecto al objeto del deseo, física o psicológica, y sólo esa cosa puede satisfacer el deseo del adicto (al menos temporalmente).
6. Consecuencias negativas. La adicción siempre va acompañada de consecuencias negativas. Una de las consecuencias más comunes es la depresión. El mayor deseo de un adicto es conseguir la ansiada felicidad y, al ver que no es posible con la cosa deseada, entra paulatinamente en una depresión que, a su vez, intenta superar con un mayor uso o consumo de esa cosa deseada.

Algunas de las adicciones más comunes son:

Alcoholismo

Es una enfermedad que consiste en parecer una fuerte necesidad de ingerir alcohol etílico de forma que existe una dependencia física del mismo.

Tabaquismo

El tabaquismo es la adicción al tabaco provocada, principalmente, por uno de sus componentes activos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo.

Drogodependencia

La drogodependencia o drogadicción es un tipo de adicción considerada como enfermedad crónica, recurrente y tratable que consiste en el abuso de drogas, frecuentemente ocasiona daños en la salud.